



ジャパンハーブソサエティー専門講座



*cooking class*

# 薬膳の 知恵と食卓を結ぶ

1 DAY集中講座

3 / 1 (日) 10:30~16:00

受付開始10:15より

10:30~13:30

冬澱みをリセットする  
「春迎え薬膳」

春一番の薬膳レッスン。冬から春へ、ゆらぎやすい季節の変わり目に薬膳で心と体をやさしく整えませんか？大人気の薬膳の魅力をベテランの先生に分かりやすく教わります。旬の食材を取り入れた養生料理をお楽しみに！

講師 大田 ゆう子 国際中医師・国際中医薬膳師  
「洗足薬膳お料理教室」主宰  
日本中医学院薬膳専科講師

14:00~16:00

漢方薬膳

漢方医学の基本理論と体質に合わせた食材選びの考え方を解説し、日常の食事に活かせる薬膳の実践方法や季節ごとの養生ポイントをご紹介いたします。

講師 関 隆志 フジ虎ノ門整形外科病院  
東洋医学総合診療科診療医  
高嶺の森診療所院長

会 場

きゅりあん(品川区立総合区民会館)調理室

東京都品川区東大井5-18-1

受講料

会員 11,000円 非会員 13,000円

※キャンセルポリシー：開催日1週間前30%、前日50%、当日100%のキャンセル料を申し受けます

主 催

特定非営利法人ジャパンハーブソサエティー

ご用意いただくもの

お申込み先 及び お振込み先

特定非営利活動法人 ジャパンハーブソサエティー事務局

03 - 5212 - 4300



info@npo-jhs.jp

ゆうちょ銀行

振込先口座名：ジャパンハーブソサエティー 資格口

口座番号（記号）00180-8-571779 又は 019店（ゼロイチキュウ店）571779

